

## Tinjauan literatur: Stres Remaja

### (*Systematic Literature review: Stress Adolescent*)

FARICHAH NURUS SYIFA<sup>1</sup>, ENY PURWANDARI<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Magister psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta,  
Jawa Tengah, Indonesia

Email: s300220011@student.ums.ac.id

**Diterima 29 Januari 2023, Disetujui 6 September 2024**

**Abstrak:** Stres remaja yang berkelanjutan dan tidak ditangani dengan tepat akan berdampak negatif pada kesehatan fisik dan psikologi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi berkontribusinya pola-pola kelekatan terhadap tingkat stres remaja melalui metode *literature review*, dengan fokus pada peran kelekatan orang tua, kelekatan teman sebaya, kelekatan sekolah, dan kelekatan kepada Tuhan sebagai prediktor utama. Kelekatan memengaruhi tingkat stres pada remaja. Studi ini mengintegrasikan literatur yang dipublikasikan dalam sepuluh tahun terakhir untuk mengidentifikasi pola kelekatan yang dominan dan dampaknya terhadap stres remaja. Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa kelekatan yang kuat dengan orang tua, teman sebaya, dan sekolah berfungsi sebagai faktor pelindung yang signifikan dalam mengurangi tingkat stres, sementara kelekatan kepada Tuhan memberikan dukungan spiritual yang membantu dalam mengelola stres.

**Kata kunci:** kelekatan; remaja; stres

**Abstract:** *Persistent adolescent stress, if not properly addressed, can have negative impacts on the physical and psychological health of adolescents. This study aims to identify attachment patterns contributing to adolescent stress levels through a literature review method, focusing on the roles of parental attachment, peer attachment, school attachment, and attachment to God as primary predictors. Attachment influences stress levels in adolescents. The study integrates literature published over the past decade to identify dominant attachment patterns and their impacts on adolescent stress. Literature review findings indicate that strong attachment to parents, peers, and school serves as significant protective factors in reducing stress levels, while attachment to God provides spiritual support that aids in stress management.*

**Keywords:** *adolescent; attachment; stress*

## PENDAHULUAN

Sebanyak 75% orang telah mengalami masalah kesehatan mental pada usia sebelum 24 tahun (Orben, Tomova, & Blakemore 2020). Kesalahan merespon dalam menghadapi masalah merupakan awal mula timbulnya gangguan kesehatan mental yang menimbulkan stres. Melalui survei *online* oleh divisi Psikiatri Anak dan remaja Fakultas Kesehatan Universitas Indonesia, menemukan bahwa partisipan dengan rentang usia 16-24 tahun 95,4% diantaranya melaporkan sempat mengalami terindikasi kecemasan dan 88% juga sempat terindikasi mengalami depresi (Kaligis, 2021).

Stres merupakan kondisi yang interaksi individu dengan lingkungannya yang menimbulkan ketidaksesuaian antara tuntutan bersumber dari biologis, psikologis, dan sosial (Sarafino & Smith, 2011). Stres merupakan tuntutan eksternal yang beresiko dan mengancam diri sehingga menimbulkan reaksi tubuh (Legiran, Aziz & Belinawati, 2015).

Salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan stres adalah gender. Misal riset oleh Östberg, dkk. (2015) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat stres yang signifikan antara laki-laki dan perempuan, dengan perempuan memiliki stres lebih tinggi dibanding laki-laki. Temuan Pardamean dan Lazuardi (2019) juga menunjukkan hal yang sama yaitu terdapat 33 (45,8%) yang mengalami gangguan stres psikologis dimana 10 (27,03%) berjenis kelamin laki-laki dan 23 (65,7%) berjenis kelamin perempuan. Anniko, Boersma dan Tillfors (2019) menemukan

bahwa perempuan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi daripada laki-laki khususnya dalam hal sekolah dan permasalahan di rumah.

Stres yang berkelanjutan memiliki dampak terhadap beberapa hal diantaranya, kapasitas belajar, kinerja akademik, kualitas tidur, masalah fisik termasuk sakit kepala, tukak lambung, dan masalah ginjal, selain itu juga akan berdampak pada permasalahan kesehatan mental seperti insomnia, kecemasan, pemakaian NAPZA, dan depresi (Pascoe Hetrick & Parker, 2020; Damodaran & Paul, 2015; Pangestika, Lestari & Setyowati, 2018; Saqib, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan Amira dan Hendrawati (2018) menemukan bahwa remaja laki-laki mengalami stres sedang memiliki risiko merokok tiga kali lebih besar dibandingkan dengan remaja yang mengalami stres ringan.

Faktor yang berhubungan dengan terjadinya stres pada remaja berasal dari akademik, hubungan interpersonal, masalah keluarga, perubahan hidup, eksplorasi karir, kondisi lingkungan yang ditinggali, tekanan teman sebaya, pola asuh orang tua, pelecehan fisik, kecanduan internet, kematian pasangan atau orang tua, dan pemenuhan tugas perkembangan emosional (Madzhie, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peran penting lingkungan dalam mendukung perkembangan dan membantu remaja dalam melewati masa transisinya.

Salah satu faktor eksternal yang diyakini paling kuat dapat memengaruhi stres adalah kelekatan. Kelekatan secara umum didefinisikan sebagai ikatan kasih sayang yang bertahan lama dengan intensitas yang besar. Kelekatan

menurut Bowlby (2015) adalah ikatan emosional antara anak dengan orangtua atau pengasuhnya. Selain itu, kedua hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa dukungan orang tua sebagai dimensi penting dalam menjalin kelekatan. Hasil penelitian Ahmad, Purnamasari dan Suryani (2021) menemukan bahwa kurangnya perhatian dari orang tua mengenai masalah pada pendidikannya sehingga tidak mengetahui anaknya mengalami stres. Peran keluarga terdapat di dalam penelitian (Zimmer-Gembeck dkk., 2015) yang menunjukkan bahwa kelekatan merupakan dasar bagi pengembangan kapasitas individu untuk mengelola, mengenali dan mengatur emosi mereka secara adaptif dan mengatasi peristiwa-peristiwa yang memicu stres.

Selanjutnya, penelitian (Purwati & Rahmandani, 2018; Ekasari & Yuliyana, 2012) menunjukkan bahwa teman sebaya berkaitan dengan *coping* stres pada remaja yang mengalami stres. Penelitian (Safitri & Purnamasari, 2022) memperoleh data bahwa dukungan sosial teman sebaya memberikan sumbangan efektif sebesar 9,169% terhadap stres akademik, dan *problem focused coping* memberikan sumbangan efektif sebesar 6,941% terhadap stres akademik.

Sekolah merupakan lingkungan perkembangan yang penting tempat remaja menghabiskan sebagian besar waktunya. Individu yang memiliki kelekatan terhadap sekolah akan mengalami penurunan tekanan mental dan meningkatkan perasaan aman sekolah, emosi positif dan kepuasan sekolah (Tian dkk., 2013). Selain itu kelekatan sekolah memiliki hubungan positif dengan perasaan positif,

kesejahteraan psikologi, penurunan stres, kesepian, dan kecemasan (Işık & Bahat, 2021).

Selain itu religiusitas pada umumnya dan kognisi religius pada khususnya, dikaitkan dengan *coping* penilaian kembali yang positif atau kecenderungan untuk menafsirkan kembali peristiwa dan kondisi tertekan (Vishkin dkk., 2016). Kelekatan terhadap Tuhan dapat membantu orang percaya mempertahankan pandangan positif dalam menghadapi peristiwa besar dalam hidup (DeAngelis & Ellison, 2017). Sebaliknya individu yang memiliki kelekatan tidak aman terhadap Tuhan cenderung memiliki kesehatan mental yang rendah (Bradshaw & Kent, 2018).

Fase perkembangan remaja lebih banyak menghabiskan waktunya dengan teman sebaya namun hubungan dengan orangtua tetap berlanjut dan tetap berpengaruh padanya (Papalia & Feldman, 2017). Oleh karena itu penelitian ini mengkaji kelekatan orang tua dan teman sebaya sebagai prediktor stres remaja melalui metode *literature review*. Selain itu penelitian ini juga memasukkan kelekatan terhadap sekolah dan Tuhan sebagai prediktor stres remaja. Studi-studi sebelumnya cenderung menganalisis faktor-faktor ini secara terpisah, namun penelitian ini mengintegrasikan keempatnya dalam satu kerangka analisis untuk mendapatkan pemahaman yang lebih memadai tentang faktor-faktor yang memengaruhi stres pada remaja.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review*, yang melibatkan pencarian dan analisis berbagai sumber kepustakaan seperti jurnal, buku, dan naskah lainnya yang relevan dengan topik penelitian. Tujuan dari metode ini adalah untuk menyusun tulisan yang mendalam mengenai suatu topik atau isu tertentu (Cahyono, Sutomo & Harsono, 2019). Pencarian artikel dilakukan menggunakan perangkat *Publish or Perish 8* dengan kata kunci "*stress and attachment*" pada rentang tahun 2015-2023, menghasilkan sekitar 500 artikel yang relevan. Artikel-artikel yang ditemukan disimpan dalam format RIS/*Reference Manager* untuk analisis tema menggunakan *software Vosviewer*. Dari hasil analisis, teridentifikasi beberapa tema utama, termasuk hubungan attachment dan stres.

Dari sekian banyak artikel yang dianalisis, dipilih tujuh jurnal yang fokus pada kelekatan dan stres pada remaja. Penulis memilih variasi jenis kelekatan, seperti kelekatan kepada orang tua, sekolah, teman sebaya, dan spiritual, untuk memberikan wawasan yang komprehensif kepada pembaca, terutama remaja, tentang cara-cara berbagai jenis kelekatan dapat membantu mengatasi dan mencegah stres remaja.

Keputusan untuk memilih tema-tema tersebut didasarkan pada pentingnya hubungan remaja dengan orang tua, teman sebaya, lingkungan sekolah, dan kelekatan Tuhan sebagai dimensi spiritual yang dalam pengembangan dan kesejahteraan remaja

(Huebner, 2010; Papalia & Feldman, 2017b; Yildiz, Bulut & Miner, 2019).

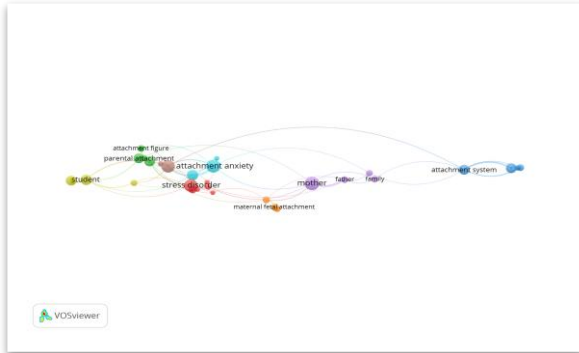
## HASIL

Dalam bagian ini, peneliti menggambarkan visualisasi konsep-konsep yang terkait dengan topik penelitian dari hasil pencarian artikel menggunakan aplikasi *Publish or Perish*. Analisis dilakukan dengan menggunakan *software VOSviewer* yang menghasilkan delapan kelompok berbeda yang ditandai dengan kode warna. Setiap kelompok warna merepresentasikan kluster-kluster yang signifikan.

Kelompok pertama, yang ditunjukkan dengan warna kuning, menyoroti hubungan antara kelekatan pada siswa dengan kelekatan kepada orang tua dan dewasa, serta stres. Kelompok kedua, dengan warna coklat, menunjukkan keterkaitan antara kelekatan dewasa dengan keamanan dan kelekatan tidak aman, stres, siswa, dan gaya kelekatan. Sementara itu, kelompok ketiga, yang ditandai dengan warna merah, menggambarkan hubungan antara stres dan kelekatan tidak aman.

Kelompok keempat, berwarna biru, menunjukkan hubungan antara kelekatan cemas dengan stres interpersonal dan kluster dua dan tiga. Kelompok kelima, dengan warna hijau, menyoroti hubungan antara kelekatan orang tua dengan ibu dan kluster satu serta empat. Kelompok keenam, berwarna ungu, menunjukkan keterkaitan keluarga dengan sistem kelekatan. Kelompok ketujuh, berwarna orange, menunjukkan keterkaitan perilaku kelekatan dengan kluster tiga, lima, dan enam.

Terakhir, kelompok kedelapan, berwarna biru tua, menunjukkan hubungan antara gaya kelekatan dengan kelompok dua dan tiga. Visualisasi analisis ini dapat dilihat dalam gambar berikut.



**Gambar 1. Proses bibliometri menggunakan aplikasi vosviewer pada kata kunci stres dan attachment**

**Tabel 1. Analisis hasil review artikel jurnal**

No	Penulis	Judul	Sampel	Metode	Hasil
1.	Abia, Hasbullah, dan Daud (2022)	<i>Relationships between parental attachment, peer Attachment and stress among school-going adolescents in Akwa Ibom State Nigeria</i>	Remaja di Nigeria	Kuantitatif cross sectional	Kelekatan orang tua dan teman sebaya memiliki hubungan negatif terhadap stres remaja di Nigeria. Remaja yang memiliki kelekatan aman terhadap orang tua dan teman sebaya akan mengelola stresnya dengan baik.
2	Celik ( 2019)	<i>Stress regarding academic expectations, career exploration, and school attachment : The mediating role of adolescent – parent career congruence</i>	Siswa SMP Turki	Kuantitatif	Kelekatan sekolah memiliki hubungan terhadap stres akademik siswa. Stres akademik bersumber dari guru sehingga kelekatan terhadap sekolah perlu dikelola dengan baik.
3	Mónaco, Schoeps, dan Montoya-Castilla (2019)	<i>Attachment Styles and Well-Being in Adolescents : How Does Emotional Development Affect This Relationship ?</i>	Remaja	Kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompetensi emosional secara parsial memediasi hubungan antara variabel kelekatan dengan orang tua dan

					kesejahteraan.
4	Prifti dan Rapti, (2018)	<i>The relationship between attachment, stress and academic success in Albanian students</i>	Remaja di Albania	Kuantitatif	Gaya kelikatan berkaitan erat dengan tingkat stres. Remaja yang memiliki kelekatan tidak aman akan memiliki tingkat stres yang tinggi pada remaja. Sebaliknya, kelekatan aman dikaitkan dengan tingkat stres yang rendah.
5	Schwaiger, Zehra, Suneel (2022)	<i>Attachment, religiosity, and perceived atress mong religious minorities during the COVID-19 Pandemic: The impact of cultural context</i>	Remaja di Pakistan	Kuantitatif	Kelekatan orang tua dan kelekatan terhadap Tuhan berhubungan dengan stres. Sehingga perlu mempertimbangkan agama untuk mengurangi stres.
6	Ellison, DeAngelis, Hill, dan Froese (2019)	<i>Sleep Quality and the Stress-Buffering Role of Religious Involvement : A Mediated</i>	Remaja	Survei cross-sectional	Kelekatan yang aman pada Tuhan berhungan dengan stres. Dengan demikian kelekatan yang aman terhadap Tuhan dapat membantu mengevaluasi peristiwa-peristiwa yang berpotensi menimbulkan stres.
7	Kurniawan, Titisemita, Handayani, Susanti, Fenia ( 2022)	Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Pada Siswa Kelas XII Jurusan MIPA Di SMAN X Padang	Siswa kelas XII	Kuantitatif	Kelekatan teman sebaya memengaruhi tingkat stres akademik. Semakin tinggi kelekatan teman sebaya, semakin rendah stres akademik yang dirasakan oleh siswa.

## SIMPULAN

Melalui metode *literature review*, penelitian ini menemukan bahwa kelekatan dengan orang tua, teman sebaya, sekolah, dan Tuhan memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap tingkat stres pada remaja. Kelekatan yang kuat dengan orang tua dan teman sebaya menyediakan dukungan emosional dan sosial yang esensial, sedangkan kelekatan dengan sekolah meningkatkan rasa keterlibatan dan tujuan. Selain itu, kelekatan kepada Tuhan memberikan dukungan spiritual yang membantu remaja mengelola stres dengan lebih baik. Keseluruhan hasil ini menegaskan pentingnya membangun dan memelihara hubungan kelekatan yang positif di berbagai aspek kehidupan remaja untuk mengurangi tingkat stres mereka dan mendukung perkembangan psikologis yang sehat.

## DISKUSI

Masa remaja merupakan perkembangan yang sangat penting sebab fase remaja merupakan periode masa ketegangan emosi meninggi akibat dari perubahan fisik dan kelenjar (Hurlock, 1991). Salah satu faktor prediktor yang memengaruhi stres remaja adalah kelekatan. Menurut Bowlby (1980) individu mengembangkan kelekatan aman saat pengasuh utama responsif, dapat diandalkan, dan sensitif ketika merasa stres. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian yang menjelaskan bahwa kelekatan aman terhadap orang tua berhubungan negatif terhadap stres yang artinya saat remaja memiliki kelekatan orang tua, tingkat stres remaja akan rendah

(Abia, Hasbullah & Daud, 2022; Rabbani dkk., 2014; Schwaiger, Zehra & Suneel, 2022).

Kelekatan pada ibu dan ayah, bersama dengan kompetensi emosional, merupakan variabel yang relevan dalam kesejahteraan remaja. Kompetensi emosional dalam memahami, mengekspresikan, dan mengelola emosi dan ukuran kesejahteraan, seperti kepuasan hidup, pengaruh positif dan negatif, keluhan somatik dan stres yang dirasakan (Mahmudah & Rusmawati, 2018; Mónaco Schoeps & Montoya-Castilla, 2019).

Selanjutnya, kelekatan remaja terhadap temannya yang memengaruhi stres remaja. Kelekatan teman sebaya memengaruhi tingkat stres akademik. Semakin tinggi kelekatan teman sebaya, semakin rendah stres akademik yang dirasakan oleh siswa (Kurniawan dkk., 2022). Seseorang yang tidak memiliki kelekatan dengan teman sebaya akan menjumpai kesulitan untuk mengembangkan keterampilan sosial sehingga akan berpengaruh terhadap tingkat stres akademik karena tidak ada teman sebaya yang membantunya. Sebaliknya, remaja yang memiliki kelekatan pada teman sebaya akan merasa mendapat dukungan dari teman sebayanya dan dapat meningkatkan prestasi akademik. Oleh karena itu stres perlu diberi perhatian khusus karena dapat memengaruhi berbagai hal seperti stres yang terus menerus (Purwati & Rahmandani, 2018).

Selain itu, individu yang memiliki figur kelekatan aman terhadap teman sebaya akan mampu meredakan stres melalui dorongan interpersonal dan dukungan dari teman sebaya. Dengan demikian, saat ketika remaja

menghadapi situasi stres, dorongan interpersonal dari teman sebaya remaja memperkuat kecenderungan manajemen stres mereka yang merupakan sumber manajemen stres untuk tingkat stres yang rendah (Abia, Hasbullah & Daud, 2022).

Proposisi selanjutnya adalah kelekatan sekolah memiliki andil dalam mengatasi stres remaja sebab remaja banyak menghabiskan waktunya di sekolahnya (Huebner, 2010). Kelekatan sekolah memiliki andil terhadap penurunan stres pada remaja sebab stres akademik bersumber dari orang tua dan guru (Celik, 2019). Kelekatan sekolah menurunkan stres psikologis pada remaja, sehingga memiliki emosi positif dan kepuasan sekolah mereka meningkat dan remaja merasa bangga terhadap sekolahnya, serta memiliki perasaan aman di sekolahnya (Işık & Bahat, 2021; Oral, 2020).

Proposisi terakhir adalah kelekatan dengan Tuhan memiliki hubungan terhadap stres remaja. Kelekatan aman dengan Tuhan berhubungan negatif dengan stres artinya saat remaja memiliki kelekatan aman terhadap Tuhan, tingkat stres remaja akan rendah (Schwaiger, Zehra & Suneel, 2022). Kelekatan dengan Tuhan biasanya dicari melalui doa dalam situasi stres. Tuhan sebagai tempat berlindung dan penghiburan, tempat berlindung yang aman selama penderitaan. kehadiran Tuhan yang tidak pernah gagal adalah dasar yang aman untuk menghadapi perubahan-perubahan kehidupan. Di dalam Al-Qur'an, Allah sering menganjurkan dan memerintahkan agar orang-orang beriman berlindung kepada-Nya dan mendekatkan diri

kepada-Nya (Yildiz, Bulut & Miner, 2019).

Kelekatan dengan Tuhan berkaitan dengan penyesuaian atau kesehatan mental di kalangan umat Islam. kelekatan yang aman dengan Tuhan berhubungan positif melalui *coping* yang berfokus pada emosi, serta pengaruh tidak langsung dari keterikatan dengan Tuhan yang aman pada ketiga indeks kesehatan mental berasosiasi positif dan negatif dan depresi melalui *coping* disfungsi (Parenteau dkk., 2019). Kelekatan dengan Tuhan dapat melindungi dari gangguan tidur yang disebabkan oleh stres dan menghindari gejala depresi (Ellison dkk., 2019).

Seseorang yang memiliki kelekatan aman akan memperoleh kepuasan dari kebutuhan akan keterhubungan dan persepsi kesejahteraan positif (Lin, 2016). Sebaliknya, kegagalan membangun kelekatan yang aman meningkatkan kerentanan remaja terhadap masalah psikologis (Spruit dkk., 2020). Gaya kelekatan berkaitan erat dengan tingkat stres. Remaja yang memiliki kelekatan tidak aman akan memiliki tingkat stres yang tinggi pada remaja. Sebaliknya, kelekatan aman dikaitkan dengan tingkat stres yang rendah (Prifti & Rapti, 2018). Dengan demikian kelekatan perlu dipertimbangkan untuk mengurangi stres remaja.

#### DAFTAR PUSTAKA

Abia, E. M., Hasbullah, M., & Daud, M. N. (2022). Relationships between parental attachment, peer Attachment and stress among school-going adolescents in Akwa



- Ibom State Nigeria. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 12(1), 2127–2137. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v12-i1/12171>
- Ahmad, S. N. A., Purnamasari, E., & Suryani, D. D. (2021). Dukungan Keluarga dengan Tingkat Stres pada Siswa SMK Kesehatan X. *Jurnal JFKT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 6(1).
- Amira, I. D.A. & Hendrawati, H. (2018). Tingkat Stres Dengan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki – Laki. *Journal BMI*, 14(1), 41–45. <https://doi.org/10.37160/bmi.v14i1.166>
- Anniko, M. K., Boersma, K., & Tillfors, M. (2019). Sources of stress and worry in the development of stress-related mental health problems: A longitudinal investigation from early- to mid-adolescence. *Anxiety, Stress and Coping*, 32(2), 155–167. <https://doi.org/10.1080/10615806.2018.1549657>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Loss, sadness, and depression*. Penguin Books.
- Bowlby, J. (2015). Attachment theory, separation anxiety, and mourning. In *American Handbook of Psychiatry*. International Psychotherapy Institute.
- Bradshaw, M., & Kent, B. V. (2018). Prayer, Attachment to God, and Changes in Psychological Well-Being in Later Life. *Journal of Aging and Health*, 30(5), 667–691. <https://doi.org/10.1177/0898264316688116>
- Cahyono, E. A., Sutomo, & Harsono, A. (2019). Literatur review: Panduan penulisan dan penyusunan. *Jurnal Keperawatan*, 12(2).
- Celik, E. (2019). Stress regarding academic expectations , career exploration , and school attachment : The mediating role of adolescent – parent career congruence. *Australian Journal of Career Development*, 28(1), 51–60. <https://doi.org/10.1177/1038416218792314>
- Damodaran, D. K., & Paul, V. K. (2015). Stress Management among Adolescents. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(1).
- DeAngelis, R. T., & Ellison, C. G. (2017). Kept in his care: The role of perceived divine control in positive reappraisal coping. *Religions*, 8(8). <https://doi.org/10.3390/rel8080133>
- Ekasari, A., & Yuliyana, S. (2012). Kontrol diri dan dukungan teman sebaya dengan coping stress pada remaja. *Jurnal Soul*, 5(2), 55–66.
- Ellison, C. G., Deangelis, R. T., Hill, T. D., & Froese, P. (2019). Sleep Quality and the Stress-Buffering Role of Religious Involvement : A Mediated. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 0(0), 1–18. <https://doi.org/10.1111/jssr.12581>
- Huebner, S. (2010). Students and schooling: Does happiness matter? *NASP*

*Communique*, 39(2).

Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.

Işık, M., & Bahat, İ. (2021). Analyzing school attachment of secondary school students' for regards to various variables. *Education Quarterly Reviews*, 4(2), 571–583. <https://doi.org/10.31014/aior.1993.04.02.267>

Kaligis, F. (2021). Riset: Usia 16-24 Tahun adalah Periode Kritis untuk Kesehatan Mental Remaja dan Anak Muda Indonesia. *The Conversation*. [https://theconversation.com/amp/riset-usia-16-24-tahun-adalah-periode-kritis-remaja-dan-anak-muda-Indonesia-169658#amp\\_tf=Dari%251%24s&aoh=16680760436162&referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com](https://theconversation.com/amp/riset-usia-16-24-tahun-adalah-periode-kritis-remaja-dan-anak-muda-Indonesia-169658#amp_tf=Dari%251%24s&aoh=16680760436162&referrer=https%3A%2F%2Fwww.google.com)

Kurniawan, H., Titisemita, A., Handayani, S., Susanti, E., & Fenia, S. Z. (2022). Hubungan Antara Kelekatan Teman Sebaya Dengan Stress Akademik Pada Siswa Kelas XII Jurusan MIPA Di SMAN X Padang. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis (JEBS)*, 2(1), 91–99. <https://doi.org/10.47233/jeb.v2i1.67>

Legiran, Aziz, M. Z., & Belinawati, N. (2015). Faktor Stress dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 2(2).

Lin, J. H. (2016). Need for relatedness: A self-

determination approach to examining attachment styles, Facebook use, and psychological well-being. *Asian Journal of Communication*, 26(2), 153–173. <https://doi.org/10.1080/01292986.2015.1126749>

Madzhie, M. (2017). University Students' Perceptions of the Causes of Stress. *Journal of Social Sciens*, 44(1). <https://doi.org/10.1080/09718923.2015.11893459>

Mahmudah, H., & Rusmawati, D. (2018). Hubungan Antara Kelekatan Anak-Orang Tua Dengan Stres Akademik Pada Siswa Sd N Sronol Wetan 02 Semarang Dengan Sistem Pembelajaran Full Day School

Mahmudah, H., & Rusmawati, D. (2018). Hubungan Antara Kelekatan Anak-Orang Tua Dengan Stres Akademik Pada Si. *Empati*, 7(4), 33–42.

Mónaco, E., Schoeps, K., & Montoya-Castilla, I. (2019). Attachment Styles and Well-Being in Adolescents: How Does Emotional Development Affect This Relationship? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 1–17.

Oral, T. (2020). Mediating Role of School Attachment in the Relationship between Perceived Stress and School Satisfaction. *European Journal of Educational Sciences*, 7(3), 172–193.

- <https://doi.org/10.19044/ejes.v7no3a11>
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S. J. (2020). The Effect of Social Deprivation on Adolescent Social Development and Mental Health. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(8).
- Östberg, V., Almquist, Y. B., Folkesson, L., Låftman, S. B., Modin, B., & Lindfors, P. (2015). The Complexity of Stress in Mid-Adolescent Girls and Boys: Findings from the Multiple Methods School Stress and Support Study. *Child Indicators Research*, 8(2), 403–423. <https://doi.org/10.1007/s12187-014-9245-7>
- Pangestika, G., Lestari, D. R., & Setyowati, A. (2018). Stres dengan Kualitas Tidur pada remaja. *Dunia Keperawatan*, 6(2), 107–115.
- Papalia, D. E., & Feldman, D. R. (2017a). *Menyelami Perkembangan Manusia*. Salemba Humanika.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2017b). *Menyelami perkembangan manusia*. Salemba Humanika.
- Pardamean, E., & Lazuardi, M. J. (2019). Hubungan Jenis Kelamin Dengan Stres Psikologis Pada Siswa-Siswi Kelas Xi Jurusan Ipa Di Sma X Tangerang. *Nursing Current Jurnal Keperawatan*, 7(1), 68. <https://doi.org/10.19166/nc.v7i1.2226>
- Parenteau, S. C., Hurd, K., Wu, H., & Feck, C. (2019). Attachment to God and Psychological Adjustment: God's Responses and Our Coping Strategies. *Journal of Religion and Health*, 58(4), 1286–1306. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00765-2>
- Pascoe, M. C., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2020). The impact of stress on students in secondary school and higher education education. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 104–112. <https://doi.org/10.1080/02673843.2019.1596823>
- Prifti, L., & Rapti, E. (2018). The relationship between attachment, stress and academic success in Albanian students. *Journal of Educational and Social Research*, 8(2), 53–60. <https://doi.org/10.2478/jesr-2018-0016>
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2018). Hubungan antara Kelekatan pada Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(2), 1–13. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-768878%0Ahttp://link.springer.com/10.1007/978-331993594-2%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-409517-5.00007-3%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jff.2015.06.018%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41559-019-0877-3%0Aht>
- Rabbani, M., Kasmaienezhadfar, S., & Pourrajab, M. (2014). The Relationship between parental attachment and stress : A review of literatures related to stress

- among students. *The Online Journal of Counseling and Education*, 3(1), 42–50.
- Safitri, B., & Purnamasari, A. (2022). Dukungan sosial teman sebaya dan problem focused *coping* dengan stres akademik pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 4(1), 15–23.
- Saqib, M. (2018). Impact of Stress on Students Academic Performance at Secondary School Level at District Vehari. *International Journal of Learning and Development*, 8(1), 84–93. <https://doi.org/10.5296/ijld.v8i1.12063>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology* (7th ed.). Alkaline paper.
- Schwaiger, E., Zehra, S. S., & Suneel, I. (2022). Attachment, religiosity, and perceived stress among religious minorities during the COVID-19 Pandemic: The impact of cultural context. *Journal of Psychology and Theology*, 50(3), 369–383. <https://doi.org/10.1177/00916471211025532>
- Spruit, A., Goos, L., Weenink, N., Rodenburg, R., Niemeyer, H., Jan, G., & Colonna, C. (2020). The Relation Between Attachment and Depression in Children and Adolescents: A Multilevel Meta-Analysis. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 23(1), 54–69. <https://doi.org/10.1007/s10567-019-00299-9>
- Tian, L., Liu, B., Huang, S., & Huebner, E. S. (2013). Perceived social support and school well-being among Chinese early and middle adolescents: The mediational role of self-esteem. *Social Indicators Research*, 113(3), 991–1008. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0123-8>
- Vishkin, A., Bigman, Y. E., Porat, R., Solak, N., Halperin, E., & Tamir, M. (2016). God rest our hearts: Religiosity and cognitive reappraisal. *Emotion*, 16(2), 252–262. <https://doi.org/10.1037/emo0000108>
- Yildiz, M., Bulut, M. B., & Miner, M. (2019). Adaptation of a Muslim Spiritual Attachment Scale (God attachment) for Turkish Muslims: a validity and reliability study. *Mental Health, Religion and Culture*, 22(6), 645–659. <https://doi.org/10.1080/13674676.2019.1587745>
- Zimmer-Gembeck, M. J., Webb, H. J., Pepping, C. A., Swan, K., Merlo, O., Skinner, E. A., Avdagic, E., & Dunbar, M. (2015). Review: Is Parent-Child Attachment a Correlate of Children's Emotion Regulation and Coping? *International Journal of Behavioral Development*, 41(1), 74–93. <https://doi.org/10.1177/0165025415618276>